

# Il CR Ticino infoltisce le fila delle squadre nazionali

e foto di Billy Beninger

L'estate della ritmica è stata all'insegna delle partenze e degli arrivi: ben 4 ginnaste hanno difatti lasciato il nostro Cantone per infoltire le fila delle squadre nazionali. Lisa Rusconi e Nicole Turuani (entrambe della SFG Locarno) hanno spiccato il volo e hanno raggiunto Lisa Tacchelli a Macolin per seguire gli allenamenti con la squadra senior in vista dei Campionati mondiali del prossimo autunno, mentre Melanie Soldati (SFG Locarno) e Chiara Torino (SFG Biasca) si sono trasferite (per un solo anno) a Uster per allenarsi con la squadra Junior che rappresenterà la Svizzera al prossimo Campionato Europeo.

Sono invece entrate a far parte della famiglia ginnica ticinese due speranze della SFG Locarno: Lena Gyöngy e Chiara Morchio.

## Tutto ricomincia da capo, o quasi...

Silvia Sala: *Esatto. Lo scorso mese di giugno stavo preparando il campionato europeo individuale di Lisa e Nicole, mentre ora sono alle prese (oltre che con le altre ginnaste più grandicelle) con le nuove arrivate nate nel 2004 che parteciperanno nelle prossime settimane alle loro prime competizioni nazionali. Quando è stato riaperto il Centro Regionale Ticino dell'ACTG sotto la mia guida ho cominciato proprio con Lisa e Nicole e, ora che loro si sono trasferite a Macolin, posso dire che si è chiuso un ciclo e che ne ricomincia uno nuovo.*

## Ti aspetta quindi un 2013 ricco di novità

SS: *Di cambiamenti quest'anno ce ne sono decisamente parecchi. Con la partenza di quattro ginnaste e l'arrivo di altre ho dovuto modificare l'impostazione di lavoro. Inoltre, un'altra importantissima novità è che è stato introdotto un nuovo codice. Questo ha causato un notevole rallentamento di lavoro in quanto continuano ad aggiornare il codice e ci sono ancora vari aspetti da chiarire. Terminate le olimpiadi sono uscite già diverse ver-*

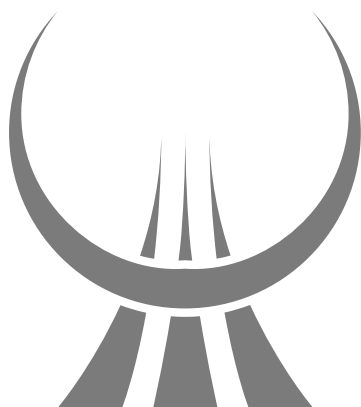
*sioni e questo ha complicato non poco la creazione dei nuovi esercizi che dovranno avere, tra le varie cose, anche una serie di passi ritmici della durata di 8 secondi. Grazie al nuovo codice le ginnaste con temperamento e personalità potranno esprimersi al meglio e quelle che sono più "limitate" corporalmente potranno probabilmente avere qualche chance*

“Con la partenza di quattro ginnaste e l'arrivo di altre ho dovuto modificare l'impostazione di lavoro”

*in più per ottenere dei buoni risultati. Infine, un'altra piccola novità è che per questa stagione agonistica vorrei presentare alle competizioni nazionali un gruppo Jeunesse del CR Ticino, ma tutto dipenderà da come le ragazze reagiranno alla grande mole di lavoro. Queste giovani atlete a febbraio hanno dovuto preparare i test della federazione, i campionati ticinesi ed assimilare gli esercizi in vista della prima competizione nazionale prevista a inizio marzo. Per fare tutto questo disciplina e determinazione devono essere sempre al massimo. A questo proposito spero che le loro compagne, che quest'anno scenderanno sulle pedane internazionali, siano un esempio da seguire.*



Sempre all'opera Silvia Mazzoleni Sala



MILLENNIUM  
s p o r t & m o d a  
B I A S C A





■ Aiutiamo lo sport d'élite

## "Club degli amici dello sport d'élite"

L'Associazione cantonale ticinese di ginnastica sta facendo sforzi enormi per sostenere i nostri giovani che praticano lo sport d'élite nelle discipline della ginnastica artistica maschile e femminile e della ritmica. Ha creato tre centri con allenatori e allenatrici professionisti e il lavoro sta dando ottimi risultati. Purtroppo più si va avanti, più gli impegni aumentano, soprattutto quelli finanziari. Per questo motivo, nel 2006 è stato creato il "Club degli amici dello sport d'élite". Ai soci è dedicata una particolare attenzione in occasione delle relative manifestazioni organizzate in Ticino.

### Il Club prevede quattro possibilità di affiliazione:

Socio contribuente:	tassa libera fino a	fr. 99.–
Socio sostenitore:	tassa da	fr. 100.–
Club dei 500:	tassa	fr. 500.–
Club dei 1000:	tassa	fr. 1'000.–

### Ai soci verrà rilasciata una tessera di riconoscimento con le seguenti facilitazioni:

- Per i soci contribuenti e sostenitori l'entrata gratuita a tutte le manifestazioni cantonali di ginnastica artistica e di ritmica su territorio cantonale
- Per i soci dei Club 500 e 1000 l'entrata gratuita a tutte le manifestazioni cantonali, nazionali e internazionali di ginnastica artistica e ritmica su territorio cantonale
- All'inizio dell'anno tutti i soci riceveranno il programma annuale delle manifestazioni, nonché un invito personale alla Giornata delle "Porte aperte"
- Una volta all'anno i Soci verranno invitati a un aperitivo in occasione di una manifestazione scelta dalla Commissione élite

La nostra gioventù desidera impegnarsi seriamente, con notevoli sforzi e sacrifici nella ginnastica d'élite e siamo certi che non vorrai mancare l'occasione per sostenerla.

Ti ringraziamo già sin d'ora per il tuo contributo e ti salutiamo molto cordialmente.

Per il Comitato Direttivo dell'ACTG

Il presidente:

**Avv. Matteo Quadranti**

**Tutti gli amici della ginnastica che desiderano entrare a far parte del "Club degli amici dello sport d'élite" sono pregati di contattare il nostro Segretariato dell'ACTG, via Molinazzo 7, 6517 Arbedo (Telefono 091 829 46 06).**

**ginnasta**

### IMPRESSUM

Mensile - Anno 10

Organo ufficiale  
dell'Associazione Cantonale  
Ticinese di Ginnastica

#### Editore

Associazione Cantonale  
Ticinese di Ginnastica (ACTG)  
Via Molinazzo 7  
6517 Arbedo

#### Redazione

IL GINNASTA  
Vicolo alla Monda 17  
6517 Arbedo  
Tel. 091 835 81 35  
Fax 091 835 81 36  
Natel 079 337 22 78  
E-mail: red-arbedo@stv-fsg.ch

#### Redattore responsabile

Emiliano Camponovo  
Vicolo alla Monda 17  
6517 Arbedo  
Tel. 091 829 20 20

#### Pubblicità, amministrazione mutazioni e abbonamenti

Segretariato ACTG  
Via Molinazzo 7  
6517 Arbedo  
Tel. 091 829 46 06  
Fax 091 829 46 07  
E-mail: info@actg.ch

#### Stampa

Fontana Print SA  
Via Maraini 23  
casella postale 231  
6963 Pregassona  
Tel. 091 941 38 21  
Fax 091 941 38 25  
E-mail: info@fontana.ch

#### Prezzo dell'abbonamento

annuo Fr. 25.–  
sostenitore Fr. 30.– e oltre

#### Conto corrente postale

65-759203-0

#### Foto prima pagina

Billy Beninger

#### Tiratura

1410 copie



Materiale in redazione  
entro il

13 marzo 2013

Il prossimo numero  
verrà pubblicato il

22 marzo 2013



stampati  
per tutti i gusti

**Fontanaprint**  
la tua tipografia in Ticino

Via Maraini 23 Casella postale 231 CH-6963 Pregassona

Tel. +41 91 941 38 21 Fax +41 91 941 38 25

info@fontana.ch www.fontana.ch